

3月

徳島大学での研究成果に基づいた食事法によるメニュー

デンシエット® 弁当



出張販売 in

梅木さんの台所

1 <木> アジの照り焼き	482 kcal
2 <金> 鶏のチリソース	508 kcal
3 <土> 白身魚のピカタ	519 kcal
4 <日>	
5 <月> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
6 <火> だし巻玉子	520 kcal
7 <水> 豚の生姜焼き	498 kcal
8 <木> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
9 <金> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
10 <土> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
11 <日>	
12 <月> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
13 <火> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
14 <水> アジの照り焼き	482 kcal
15 <木> 鶏のチリソース	508 kcal
16 <金> 白身魚のピカタ	519 kcal

17 <土> 豚の生姜焼き	498 kcal
18 <日>	
19 <月> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
20 <火> 鶏のチリソース	508 kcal
21 <水>	
22 <木> グリルチキン	513 kcal
23 <金> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
24 <土> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
25 <日>	
26 <月> だし巻玉子	520 kcal
27 <火> アジの照り焼き	482 kcal
28 <水> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
29 <木> 白身魚のピカタ	519 kcal
30 <金> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
31 <土> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal

※メニューは変更になる場合がございます。

デンシエット® 弁当 700円 (税込756円)

梅木さんの台所 お弁当ご予約専用電話

☎072-341-0008

ご注文は**前日**までに
お願い致します。

平日のみ、下記エリア限定、3個から宅配承ります!

- ・大町東1~4丁
- ・甲斐町東1~6丁
- ・市之町東1~6丁
- ・熊野町東1~5丁
- ・戎之町東1~5丁
- ・櫛屋町東1~4丁

3月

自然食レストラン&ショップ
Natural Garden
ナチュラルガーデンのお弁当

出張販売 in

梅木さんちの台所

日替り弁当

メニュー

1 <木> ヒレカツの卵とじ
2 <金> 白身魚フライとエビフライ
3 <土> 照り焼きチキン
4 <日>
5 <月> 煮込みハンバーグ (デミグラスソース)
6 <火> 鮭塩焼
7 <水> 海老チリソース炒め
8 <木> 豚肉のチンジャオロース
9 <金> ミンチカツとエビフライ
10 <土> ガリバタチキン
11 <日>
12 <月> 酢豚
13 <火> チキンのトマトチーズ焼
14 <水> クリームコロッケと帆立フライ
15 <木> サーモンレモン焼
16 <金> 豚肉のチンジャオロース

17 <土> ササミチーズフライ
18 <日>
19 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
20 <火> 鯖塩焼
21 <水>
22 <木> ヒレカツの卵とじ
23 <金> サーモントルタルソース焼
24 <土> 豚肉生姜焼
25 <日>
26 <月> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
27 <火> チキン南蛮
28 <水> クリームコロッケと帆立フライ
29 <木> 酢豚
30 <金> 赤魚若狭焼
31 <土> チキンのトマトチーズ焼

日替り弁当 477円 (税込515円)

日替りミニ弁当 431円 (税込465円)

※メニューは変更になる場合がございます。

平日のみ、下記エリア限定、3個から宅配承ります!

- ・大町東1~4丁
- ・甲斐町東1~6丁
- ・市之町東1~6丁
- ・熊野町東1~5丁
- ・戎之町東1~5丁
- ・榊町東1~4丁

梅木さんちの台所 お弁当ご予約専用電話

☎072-341-0008

ご注文は前日までに
お願い致します。